

**Pengukuran Risiko Obesitas  
Pada Remaja Sekolah Setingkat SMP  
Di Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam  
memperoleh gelar sarjana keperawatan**



**Disusun Oleh:**

**Dedi Harsono**

**462011021**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
SALATIGA  
2015**

**HALAMAN PENGESAHAN**



PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
Jl. Diponegoro 52 - 60 Salatiga 50711  
Jawa Tengah, Indonesia  
Telp. 0298 - 321212, Fax. 0298 321433  
Email: library@adm.uksw.edu ; http://library.uksw.edu

## PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pedi harsono  
NIM : 462011021 Email : Pedi.harsono28@gmail.com  
Fakultas : Ilmu kesehatan Program Studi : Ilmu keperawatan  
Judul tugas akhir : Pengukuran Risiko Gigitan pada Remaja Sekolah  
Setingkat SMP di Kecamatan

Dengan ini saya menyerahkan hak non-eksklusif\* kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA\*\*

\* Hak yang tidak terbatasnya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.  
\*\* Hanya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pembimbing TA dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dekan/kaprodi).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Salatiga, 10 Januari 2016

Mengetahui,

Dr. Sri Suwanti Ningsih, M.Si  
Tanda tangan & nama terang pembimbing I

Pedi harsono  
Tanda tangan & nama terang mahasiswa



PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
Jl. Diponegoro 52-60 Salatiga 50711  
Jawa Tengah, Indonesia  
Telp. 0298 - 321212, Fax. 0298 321433  
Email: library@sksw.ac.id, http://library.sksw.ac.id

### PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dedi Haryono  
NIM : 462011021 Email : Dedi.haryono28@gmail.com  
Fakultas : Ilmu Kesehatan Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Judul tugas akhir : pengukuran Risiko obesitas pada Remaja Sekolah  
Sekeloa SMP Di Kecamatan Getah  
Kabupaten Semarang  
Pembimbing : 1. Dr. Sri Sumartaningtyah, M.Si  
2. \_\_\_\_\_

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 10. Juni 2016



**HALAMAN PERSETUJUAN**

Skripsi ini telah disetujui oleh

Pembimbing Skripsi

Pembimbing



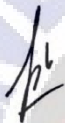
1956

(Dr. Sri Suwartiningsih, M.Si)

## HALAMAN PENGESAHAN

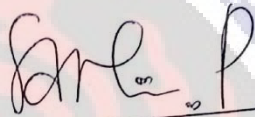
Skripsi ini telah disetujui dan dipertahankan dihadapan dewan penguji  
pada hari Jumat, tanggal 28 Agustus tahun 2015

Penguji I



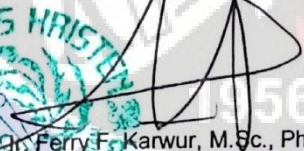

(Dr. Sri Suwartiningsih, M.Si)

Penguji II



(Sarlina Palimbong, SP, M.Sc)

Disahkan oleh,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Dr. Ferry F. Karwur, M.Sc., Ph.D



## PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dedi Harsono  
NIM : 462011021  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan-UKSW

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi, dengan judul  
**"Pengukuran Risiko Obesitas Pada Remaja Sekolah Setingkat SMP Di  
Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang"** yang dibimbing oleh :

1. Dr. Sri Suwartiningsih, M.Si

adalah benar-benar hasil karya saya.

Di dalam skripsi ini tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan atau  
gagasan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru  
dalam bentuk rangkaian kalimat atau gambar serta simbol yang seolah-olah  
sebagai karya saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada Peneliti  
atau sumber aslinya.

Salatiga, 2 Februari 2016

Yang memberi pernyataan,



Dedi Harsono

## ABSTRAK

Dedi Harsono 462011021: Risiko obesitas pada remaja sekolah setingkat SMP di Kecamatan Getasan Kabupaten Semarang.

Pembimbing : Dr. Sri Suwartiningsih, M.Si

**Latar belakang:** Obesitas pada anak-anak menyebabkan beberapa masalah kesehatan seperti penyakit jantung dan diabetes tipe 2. Prevalensi obesitas pada anak terus meningkat, tercatat dari data WHO pada tahun 2000 sampai 2013 terjadi peningkatan prevalensi anak obesitas dari 5% menjadi 6.3%, di Indonesia sendiri dari data RISKESDA prevalensi anak obesitas usia 13 sampai 15 tahun sangat tinggi yaitu 8.3% lebih tinggi dari angka obesitas anak yang di keluarkan WHO. Hasil studi pendahuluan terhadap sepuluh anak di SMPN 3 Getasan terdapat tujuh anak menonton TV selama dua jam sehari, tiga anak bermain komputer dan video game rata-rata selama lebih dari tiga jam. Jika hanya dilihat dari salah satu faktor risiko obesitas yaitu aktivitas fisik, sepuluh anak tersebut berisiko obesitas. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai risiko obesitas pada remaja sekolah setingkat SMP di Kecamatan Getasan dengan mempertimbangkan faktor risiko lainya dan juga pada remaja sekolah setingkat SMP di Kecamatan Getasan belum pernah dilakukan penelitian mengenai risiko obesitas pada anak. **Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran risiko obesitas pada remaja sekolah setingkat SMP di Kecamatan Getasan. **Metode penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Populasi yang akan dilibatkan adalah seluruh remaja sekolah setingkat SMP di Kecamatan Getasan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cluster sampling*, populasi dibagi berdasarkan sekolahnya kemudian dari setiap sekolah diambil sampel secara acak. Pengumpulan data menggunakan instrumen *Diet Lifestyle Index*. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif. **Hasil penelitian:** Dari kuisioner yang dibagikan ditemukan sebanyak 77.8% persen remaja SMP di kecamatan Getasan berisiko menjadi obesitas dengan presentase 27% sampai 39% untuk laki-laki dan 14% sampai 22% untuk perempuan. Hasil penelitian juga didapati bahwa faktor yang menyebabkan risiko obesitas tersebut adalah rendahnya konsumsi sayur dan buah, pemilihan makanan yang kurang sehat, tingkat aktifitas fisik yang rendah, frekuensi makan yang kurang baik dan risiko obesitas yang didapat dari orangtua yang *overweight* atau obesitas. **Kata kunci:** anak, status gizi, obesitas, risiko obesitas, pengukuran risiko obesitas, *Diet Lifestyle Index* **Referensi:** 36 (1997-2015).

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayahNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan segala anugerahNya. Skripsi ini merupakan salahsatu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Satya Wacana. Dalam penyelesaian tugas akhir ini, banyak tantangan yang penulis alami. Akan tetapi, atas dukungan dari berbagai pihak, maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan baik.

Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung, memberikan semangat, membimbing, mendampingi, memberi saran dan dukungan moril maupun materiil bagi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak Ir. Ferry F. Karwur, Msc., Ph.D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kristen Satya Wacana.
2. Kepala Dinas Pendidikan Kabupaten Semarang dan kepala sekolah di sekolah setingkat SMP di Kecamatan Getasan yang telah mengijinkan peneliti untuk melakukan penelitian.
3. Rena I kosti yang telah mengijinkan peneliti menggunakan *Diet Lifestyle Index* sebagai instrument penelitian



4. Ibu Dr. Sri Suwartiningsih, M.Si selaku pembimbing yang telah memberikan pengajaran, bimbingan dan motivasi dari awal penulisan sampai akhir untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Ibu Ns. Natalia Ratna Yulianti, S.Kep., M.A.N yang sempat memberikan bimbingan dari BAB satu sampai tiga sehingga berdampak sangat kuat terhadap tugas akhir saya.
6. Siswa sekolah Setingkat SMP serta para orangtua di Kecamatan Getasan yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Keluarga yang selalu mendoakan, memotivasi, membimbing, mendidik, dan mendukung baik secara moril dan materiil.

Penulis menyadari sepenuhnya dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan, sehingga kritik dan saran yang membangun dari pembaca sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak pada umumnya dan bagi pembaca pada khususnya. Akhir kata semoga skripsi dapat berguna dan bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Salatiga, 2 Februari 2016

Dedi Harsono

## UCAPAN TERIMA KASIH

Sebuah anugerah yang tidak terungkap bagi penulis saat menulis dan dapat menyelesaikan skripsi ini. Dalam proses penyusunan tugas akhir ini, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan karena keterbatasan pengetahuan serta pengalaman. Hanya dengan anugerah Allah SWT, dukungan doa, serta semangat dari orang-orang luar biasa disekeliling penulis, maka skripsi ini dapat diselesaikan. Oleh karena itu dengan selesainya penulisan skripsi, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang selalu memberikan kesehatan, membimbing, menjaga, melindungi, serta memudahkan penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
2. Kedua orangtuaku (Widodo & Suyati) dan kakak- kakak (Marsudi & Danar), terimakasih telah senantiasa mendoakan penulis, memberikan semangat, dan memberikan dukungan baik moril maupun materiil.
3. Keluarga baru saya di Salatiga Hery, Yuyun, Fajar, Jalis, beserta keluarga mereka masing-masing terimakasih telah membuat kehidupan di Salatiga saya menjadi sangat nyaman.

4. Kelurgaku dari timur Henry (ama), Crisno (umbu), Yance, Isno, Daut, om Hengki, Seto, Tomy, Diok, Marianus(Man). Menjadi bagian dari kalian adalah kenangan terindah di Salatiga
5. Saudaraku Hery, Lila, Linda yang telah membantu peneliti selama proses penelitian serta saudara-saudaraku yang senantiasa memberikan dukungan, Uyen, Rambu, Linda (Mamtua) Sifra, Ririn, Uci, Adit, Pipit, Sara, Anis, Herma, intan, Krismei, Amos, intan, Engka, Fany, mama Ona, emi, Hendrik, Tuti, Mbung, Jonta, Yohanes, Ronal, Eva, Evi, Nova, Yopi, Ryan, Amos dan saudara-saudaraku keluarga besar PSIK-FIK 2011 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih atas kenangan dan pelajaran yang kalian berikan selama empat tahun lebih berkuliah di FIK-UKSW.
6. Ibu Tessa selaku wali studi saya dan Ibu Noldi sekeluarga, terimakasih telah memberikan tempat tinggal yang nyaman selama di Salatiga.

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*I think, therefore I exist*

*(Rene Descartes)*

*If you don't like your destiny, don't accept it. Instead have  
courage to change it the way you want it to be.*

*(Uzumaki Naruto)*

*When I find myself in time of trouble, mother mary come to  
me, speaking words of wisdom, Let it be*

*(The beatles)*

*Karya tulis ini dipersembahkan untuk :*

*Tuhan yang selalu menyertai*

*Kedua orangtua dan kakaku tercinta*

*Seluruh saudara dan sahabat yang senantiasa mendukung*

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS.....	iv
ABSTRAK .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	x
DAFTAR ISI .....	xi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	5
1.4.2 Manfaat Praktis .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1 Konsep obesitas.....	5
2.2 Pengukuran risiko obesitas .....	11
2.3 Tumbuh Kembang Siswa SMP .....	14
2.4 Kerangka Penelitian.....	15
BAB III METODE PENELITIAN .....	17
3.1 Desain Penelitian .....	17



3.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....	17
3.3 Populasi dan sampel .....	17
3.3.1 Kriteria inklusi.....	18
3.3.2 Kriteria Ekslusi.....	19
3.4 Metode Pengumpulan Data.....	14
3.5 Uji Validitas .....	20
3.6 Uji Reliabilitas.....	21
3.7 Analisis Data .....	21
3.6 Etika penelitian.....	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	25
4.1 Gambaran responden penelitian .....	25
4.2 Hasil penelitian.....	25
4.3 Pembahasan.....	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	50
5.1 Simpulan .....	50
5.2 Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA .....	54
Lampiran 1 Surat ijin penelitian .....	58
Lampiran 2 Kuisioner penelitian .....	59
Lampiran 3 Lembar persetujuan responden.....	60
Lampiran 4 Tabulasi data kuisioner .....	62